

活用

厚里学

食菜根悟人生百味一品厚黑拟当下文章

让菜根更实用——中国人的处世哲学中有一种隐形的力量，咬得菜根百事可做，任何艰难困苦都有可能被柔性化解。

让厚黑更辩证——中国人的应世妙方中有一种尴尬的率真，饮食男女，厚黑欲存，却唯独必须学会端稳一颗利己不损人的良善之心。

龙柒◎编著

中国文联出版社

活用

菜根谭

活用

厚里学

食菜根悟人生百味一品厚里

让菜根更实用——中国人的处世哲学中有『种隐形的力量』，较得菜根做，任何艰难困苦都有可能被柔性化解。

让厚黑更辩证——中国人的应世妙方中有一种尴尬的率真，饮食男女欲存，却唯独必须学会端稳一颗利己不损人的良善之心。

白下文章

中国书画出版社

龙柒◎编者

菜根谭

活用

图书在版编目 (CIP) 数据

活学菜根谭 活用厚黑学/龙柒编著.—北京: 中国画报出版社, 2009.8

ISBN 978-7-80220-553-6

I. 活… II. 龙… III. ①个人-修养-中国-明代②伦理学-研究-中国 IV. B82

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 126934 号

活学菜根谭 活用厚黑学

出 版 人: 田 辉

编 著 者: 龙 柒

责任编辑: 齐丽华

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路 33 号, 邮编: 100048)

电 话: 010-88417359 (总编室兼传真) 010-68469781 (发行部)
010-88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbbs.com>

电子信箱: cpbh1985@126.com

印 刷: 北京中印联印务有限公司

监 印: 敖 晔

开 本: 16 开 (787×1092)

印 张: 20

版 次: 2009 年 9 月北京第 1 版 2009 年 9 月北京第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80220-553-6

定 价: 39.80 元

运用于人生百事的智慧

(前言)

常言道：咬得菜根，百事可做。《菜根谭》是明代人洪应明所著的一部论述修养、人生、处世、出世的语录世集。具有三教真理的结晶和万古不易的教人传世之道，为旷古稀世的奇珍宝训。对于人的正心修身，养性育德，具有不可思议的潜移默化的力量。

《菜根谭》是以处世思想为主的格言式小品文集，采用语录体，糅合了儒家的中庸思想，道家的无为思想和释家的出世思想的人生处世哲学的表白。《菜根谭》是一部有益于人们陶冶情操、磨练意志、奋发向上的通俗读物。作者以“菜根”为本书命名，意谓“人的才智和修养只有经过艰苦磨练才能获得”。

中国人的处世哲学中有一股韧劲，任何艰难险阻都能被以柔克刚地化解；中国人人生态度中有一种达观，总是相信人性善的光辉会将自家的恶迹掩埋；中国人的应世妙方中有一种率真，饮食男女，人生欲存，醇酒妇人，浅酌低唱，也不失为人生本来面目。《菜根谭》能告诉我们的事情还有很多。在今天，当现代化的城市喧嚣已经湮没了古代风情并带给我们与日俱增的焦虑、烦躁、不安乃至一天天的失眠和纵欲时，《菜根谭》如一溪清泉，能涤去我们内心焦躁的尘埃，如一丝天籁，荡去我们积烦的块垒。

本书上半部分是《菜根谭》智慧的精华所在，是我们修身养性的永恒经典，是我们为人处世的不朽绝学。

说起中国近代史一个扬名海内外、影响深远的学说，就不得不提到《厚黑学》。它是“厚黑教主”、“影响中国 20 世纪的 20 大奇才怪杰之一”的李宗吾的力作。全书收录了李宗吾先生有关“厚黑学”的精彩文章，内容涉及到文

活学菜根谭
◎ 活用厚黑学





学、哲学、政治、经济学、心理学、社会学等诸多研究领域。内容宏博，见解深邃，启迪心智，文笔流畅轻松，语言幽默隽永，既让人增长见识，深受教益，又让人从中获得一种非常特殊的阅读快感与审美体验。

久经宦海沉浮的李宗吾最早写《厚黑学》是在民国初年，在这篇文章中，李宗吾对于中国专制制度下虚伪的封建伦理和圣贤进行了无情的揭露和批判，把封建专制统治者给历史糊上的仁义道德撕得七零八碎。不仅如此，他还把批判的利剑直指“尧舜禹汤”等“圣贤”，声称圣人乃是厚黑徒的最高境界，是“厚而无形，黑而无色”，进入“无声无嗅，无形无色”之境界。

本书的下半部分收录了李宗吾先生有关“厚黑学”的经典文章，使人们不但可以了解“厚黑学”的精髓，还可以看到李宗吾先生运用他所创立的学说对社会、政治问题所进行地深刻精辟的论述。通过对本书的阅读，读者不仅可以更加深入、全面地理解这一影响深远的学说，还可以领略到为人处世的精妙所在，并在日后的生活实践中加以运用。

如果说《菜根潭》关乎人们修生养性的内在绝学，那么，《厚黑学》则是人们在为人处世方面的外在呈现，二者对于塑造一个坚实的灵魂具有不可或缺的作用。咬得菜根，百事可做；领悟并掌握厚黑学，既可以看穿他人的真面目，也能在处世方面更加圆融通达。

因此，你若想获得完满的人生体验，就要活学菜根潭，活用厚黑学，如此，你才能进入更充实的人生境界。



上篇 ㊟ 活学菜根谭

001

第一章 磨炼稳健的德行

心火铸金玉 惕厉益事成	004
昨日之非不可留 今日之是不可执	005
时时检点 从多人入少	006
士有百折不回之真心 才有万变不穷之妙用	007
念虑只差毫厘 境遇相谬千里	008
常时念念守得定 生时事事看得轻	009
心有正邪 思无利害	010
立处世之事业 怀出世之襟期	011
持身如泰山九鼎 应事若流水落花	011
持身不可轻 用意不可重	013
内方外圆 智趣有度	014
爱缘不能乱 识欲不能纵	015
脱俗不矫俗 随时不趋时	016
砥节而善用情 推恩而诚敬人	017
心地磊落 利器深藏	018
恩里由来生害 败后或反成功	019

活学菜根谭
㊟ 活用厚黑学





仁义有能 安命励志	020
修德少理功利 治学勿附风雅	022
木石之念 云水情怀	023
不做难明之想 不做难明之事	024
秽恶之念 自戕其心	025
念头起处 贵在纠察	026
不可稍变操履 不可太露锋芒	027
知有生之乐 怀虚生之忧	028
公论不可轻犯 权门切勿倾心	030
小处不渗漏 暗处不欺隐	031
猛然转念 魔变真君	032
漏室育节义 谨慎就经纶	033
节义文章 以德为主	034
急就者非遂养 轻发者无宏功	035
横向对比 消怨激颓	036
学道须加努力 得道一任天机	037
宽人克己 情平德进	037
陶铸不纯 难成令器	038

第二章 积德成事的胸襟

面上不挂千层甲 胸中不积一丝尘	042
未必火内栽莲 切忌水底捞月	043
无真宰则遇事便倒 无圆机则触物有碍	043
临祸而不馁 得福而不骄	044
密则神气拘逼 疏则天真烂漫	045
世外蓬茅今何在 幕天席地费周章	046
苦乐无二境 迷悟非两心	047
勿同天地论劳逸 休与日月较盈亏	048
造化唤作小儿 天地原为大块	049
天地自有和气 人心须造喜神	050
田地要放得宽 惠泽要流得长	051

盖世之功 毁于自恃	052
洁常从污出 明每从暗生	053
矜高倨傲 贱人品性	054
行不去处思退步 行得去处让三分	055
降魔先降心 驭横先驭气	056
立身要高一步 处世要退一步	056
立独特之言 行本分之事	057
一苦一乐相磨炼 一疑一信相参勘	058
曲意使人喜 不若直节使人忌	059
毋偏信自任 毋嬉短忌能	060
有才无德 害世坑人	061
为人真恳多成事 处世刻板错做人	062
一行而堕终身之名 一事而酿子孙之祸	062
诚心和气 激励陶冶	063
过俭反伤雅道 过让多出机心	064
轻诺必寡信 善始要善终	065
烈士让千乘 贪夫争一文	066
红尘滚滚过 清静靠自为	067
心着于静 便是动根	067
闲时要吃紧 忙处要悠闲	068
施恩本为扬善 助人不是投资	069
性躁寡恩与顽固 一生忙碌无事成	070
以假示人者 必以假害己	071
寂寂而照以惺惺 惺惺而主以寂寂	072
寡义刻薄 宜切戒之	073
笙歌正沸 拂然长往	073
艳艾遗金情不乱 眉睫萧墙心要宁	074

第三章 慧识纷扰的迷局

垢病易治 洁病难除	078
勿恕以适己 勿忍以制人	079





宁以刚方见惮 毋以媚悦取容	079
无事常如有事时提防 有事常如无事时镇定	080
救既败之事者 如驭临崖之马	081
贫士肯济人 闹场能学道	082
龙可豢非真龙 虎可搏非真虎	082
心与竹俱空 念同山共静	083
清能有容仁能善断 明不伤察直不过矫	084
快心之事 败德之媒	085
阴谋怪习异行奇能 涉世祸胎杀身利器	085
因出世上 唯在善用	086
不必绝人以逃世 不必绝欲以灰心	087
鹰立如睡 虎行似病	088
莫视寝石为伏虎 勿疑弓影为长蛇	089
雪消炉焰冰消日 月在青天影在波	089
前念不滞 后念不迎	090
理寂则事寂 心空则境空	091
遇病而后思健之为安 处乱而后思平之为福	092
平居息欲调身 临大节则达生委命	093
耳根似飘谷投音 心境如月池浸色	093

第四章 秉持自我的节守

名为招祸之本 欲乃丧志之媒	096
使人有乍交之欢 不若使其无久处之厌	096
能察能不察之谓明 能胜能不胜之谓勇	097
交友应难亲于始 御事当拙守于前	098
玩忽之人多造祸 细微之事败全功	099
待人须留有余之恩礼 御事当留有余之才智	100
勿以明珠为怪物 勿以毒螫为甘饴	101
莫贪黄雀而坠深井 休舍隋珠而弹飞禽	102
刚强终不胜柔弱 偏执岂能及圆融	103
宁有求全之毁 勿享过情之誉	104

荣宠不必扬扬 困穷何须戚戚	105
五分便安 十分取败	106
伺察乃懵懂之根 朦胧正聪明之窟	106
留一步与人行 减三分让人食	107
若求业满功盈 必生外忧内变	108
攻人之恶勿太严 教人以善勿过高	109
无过便是功 无怨便是德	109
富贵宜宽厚 聪明宜敛藏	110
福不可邀 祸不可避	111
宁默毋躁 宁拙毋巧	111
性气清冷受享凉薄 气和心暖其福必厚	112
地之秽者多生物 水之清者常无鱼	113
壮时任性老来病 盛时胡为衰时罪	114
人之短处勿暴扬 人之顽愚勿忿疾	115
善人未能急亲 恶人未能轻去	116
父慈子孝兄友弟恭 任德怀恩尽属多余	117
自省以辟众善之路 尤人以浚诸恶之途	118
道是公众常事 学是家常便饭	118
持身不可太皎洁 与人不可太分明	119
毋恃久安 毋惮初难	120
用人不宜刻 交友不宜滥	121
宁居无不居有 宁处缺不处完	122
怨因德彰 仇因恩立	123
觉人之诈不形于言 受人之侮不动于色	123
同功则相忌 共乐则相仇	124
趋炎附势 人情通患	125
意兴作为随作随止 情识解悟有悟有迷	126
不近恶事 不立善名	127
谗夫毁士寸云蔽日 媚子谀人隙风侵肌	128
勿逞所长形人之短 勿挟所有凌人之贫	129
守口不密泄尽真机 防意不严走尽邪蹊	129





自老视少可消角逐之心 在瘁视荣可绝纷华之念	130
身虽在事中 心要超事外	131
尘许十檀彻底香 毫端鸩血同体毒	132
不虞之誉不必喜 求全之毁何须辞	133

第五章 宽展沉璧的心智

失血杯中猩猩嗜酒 为巢幕上燕燕偷安	136
车争险道 败处噬脐	136
一场闲富贵 百岁好光阴	137
夜眠八尺 日二升 何须百般计较	138
奢者富而不足 能者劳而伏怨	139
嗜欲如猛火 权势似烈焰	139
尽人事 听天命	140
心地宽舒福厚而庆长 念头迫促福薄而泽短	141
此心常于静中处 利害是非瞞昧难	141
不知今日我 后来又属谁	142
真空不空 执相非真	143
苦中得乐是真乐 动中得静是真静	144
天地本宽 鄙者自隘	145
心似既灰之木 何妨刀割香涂	145
峨冠大带羨小笠 长筵广席逊疏帘	146
羁锁于物欲 觉吾生之可哀	147
树木至归根日 后知花萼枝叶之徒荣	148
意随无事适 风逐自然清	149
一念求全 万绪纷起	150
游鱼不知海 飞鸟不知空	151
千载奇逢 好书良友	151

第六章 勃发激扬的才情

世法不必尽尝 心珠宜当自朗	154
舞蝶与飞花共适 满月偕盂水同圆	155

拂意事休对人言 会心处还期独赏	155
天机清彻胸次玲珑 触物闻言皆可会心	156
心地上无风涛 性天中有化育	157
风斜雨急脚立定 花浓柳艳眼抬高	158
心无物欲秋空霁海 座有琴书石室丹邱	158
竹窗下枕书高卧 松涧边携杖独行	159
水流而石无声 处喧见寂之趣	160
闻犬鸡恍似云世界 听蝉燕方知静乾坤	161
勿以感官定好恶 勿以形貌决取舍	161
扰其中者波沸寒潭 虚其中者凉生暑夜	162

下篇 ㊟ 活用厚黑学

第七章 厚黑学的智慧精髓

喜怒不形于色，谓之厚	166
适度示弱，谓之厚	168
聪明之中装糊涂，谓之厚	171
能屈能伸，谓之厚	174
抓住要害，一招克敌	177
后发制人，以“厚”取胜	181
勇于拒绝，敢于说“不”	184
察言观色，顺利行事	187
才华显露，适可而止	190
与人为善，成人之美	193

第八章 厚黑学人生境界——圆熟变通

标新立异，自我推销	198
适时退让，加快前进	202





乘“需”而入，赢得先机	205
以和为贵，和气生财	208
欲取先予，“黑”而无色	211
头脑冷静，从容对付	215

第九章 厚黑学人生境界——大智若愚

鹰立如睡，虎行似病	220
该糊涂时且糊涂	224
功成身退是一种境界	227
以诚取信，以信得利	230

第十章 厚黑学行世智慧——包裹形象，隐形藏本

引而不发，藏而不露	234
激流勇退，见好就收	237
卧薪尝胆，再创辉煌	240
忍一时气，得百年忧	243
假痴不癫，以求自保	246
得过且过，难得糊涂	250

第十一章 厚黑学行世智慧——对症下药，通达做事

有舍有得，不舍不得	254
遇强示弱，遇弱示强	257
以泪赚怜，诱人就范	260
雪中送炭，口渴喂水	264
恩威并济，收买人心	267
冷庙烧香，急中见利	270

第十二章 厚黑学行世智慧——善借他力，厚黑无形

攀龙附凤，巧结贵人	274
背靠大树，乘其阴凉	278
巧借时局，顺势而上	281

借小人之道对付小人	285
借名生利，坐享其成	288

第十三章 厚黑学行世智慧——胸襟宽阔，舞台人生

感激轻视你的人	292
助人等于助己	295
有理也要让三分	298
心胸开阔，为人大度	301
多宽容者，多交益友	304

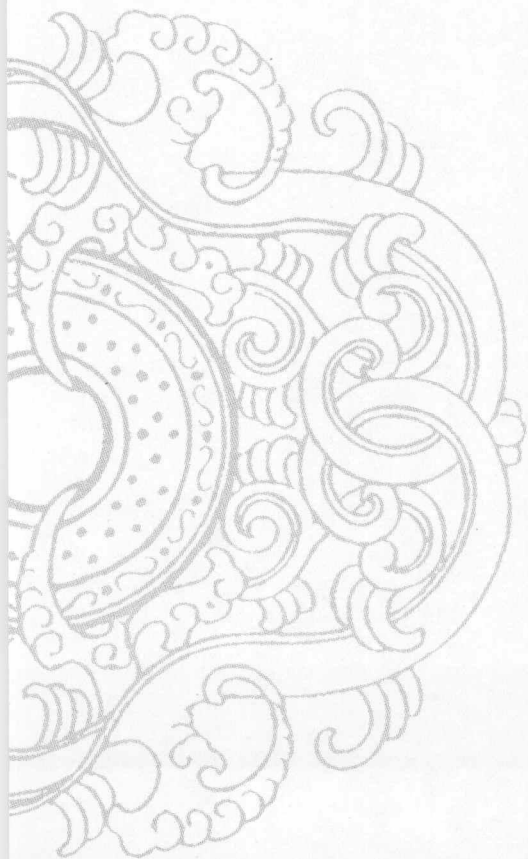
活学菜根谭
◎ 活用厚黑学

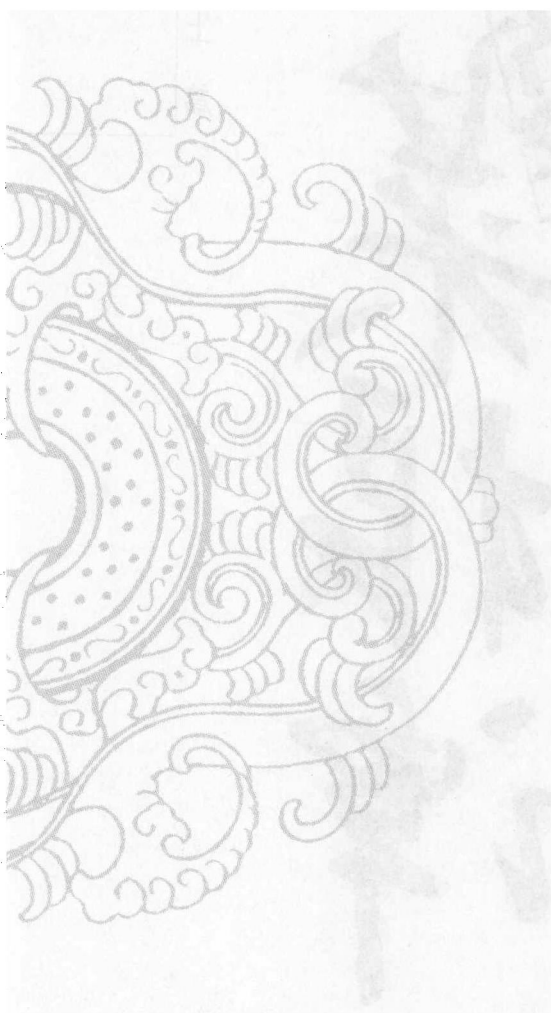


上
篇



菜根譚





第一章

磨炼稳健的德行

